

AL-ANON • ALATEEN
para familiares y amigos de alcohólicos



**ALCOHOLISMO
CONTAGIO
FAMILIAR**

GRUPOS DE FAMILIA



EL ALCOHOLISMO CONSIDERADO COMO ENFERMEDAD FAMILIAR

- En un principio se podría pensar que se denomina enfermedad familiar porque parece ser propensa en algunas familias. Muchos de los miembros de Al-Anon son cónyuges de alcohólicos, y a menudo son hijos de alcohólicos también.
- Según Al-Anon los médicos han observado que en muchos casos hay más de un enfermo alcohólico en una familia; y ésta es la razón por la cual han dicho que existen una tendencia familiar para desarrollar la enfermedad del alcoholismo.

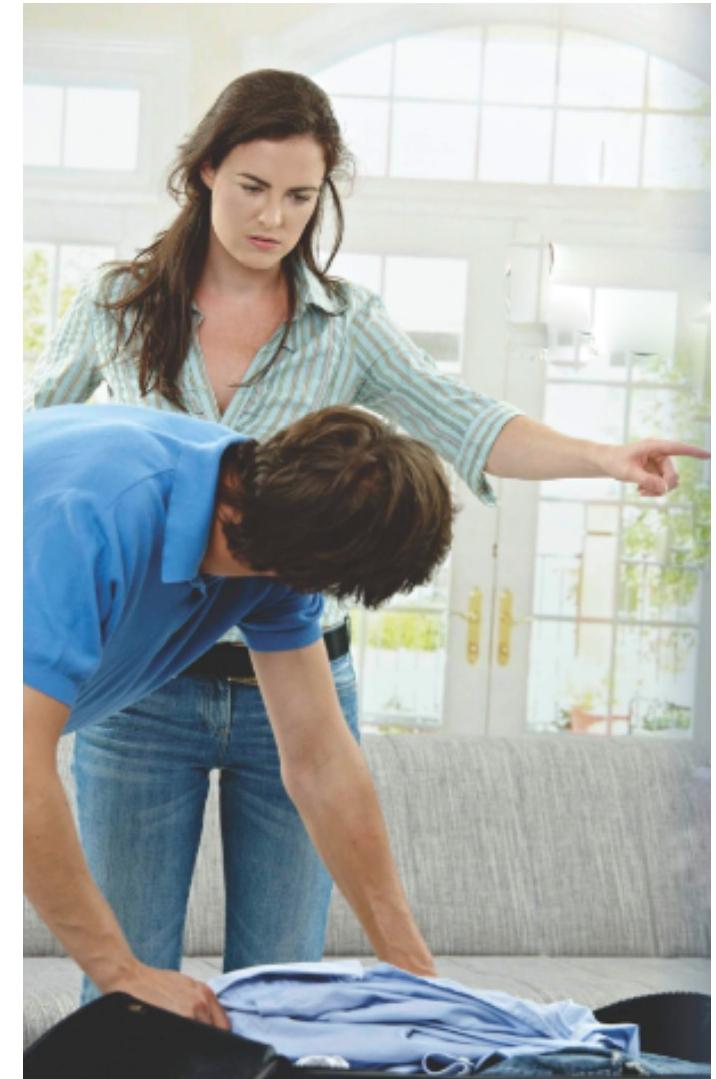
ALCOHOLISMO CONTAGIO FAMILIAR



EL ALCOHOLISMO CONSIDERADO COMO ENFERMEDAD FAMILIAR

- Cualquiera que viva con un alcohólico sabe lo difícil que es crear y mantener una vida hogareña normal. La tendencia natural es culpar al bebedor compulsivo de todos los problemas de la familia.
- El alcoholismo contribuye al divorcio, la delincuencia juvenil y a trastornos mentales.
- Al-Anon comprende a todas estas personas que han vivido en un hogar alcohólico; los miembros saben que su familia no es igual a las demás, los roles por lo general están totalmente cambiados.

ALCOHOLISMO CONTAGIO FAMILIAR



LA EXPERIENCIA DE LOIS

Después de que Bill empezó a entregar gran parte de su tiempo al trabajo con otros alcohólicos y a intentar recuperarlos, me preguntó si ya estaba lista para asistir a una reunión con él. Que sorpresa cuando exploté diciéndole: AL DIABLO CON TUS REUNIONES, y le arrojé un zapato. Esta rabia me hizo comprender que me estaba ahogando en un mar de autocompasión, y me devolvió una perspectiva cabal de las cosas.



Me di cuenta de que la actividad febril de Bill con los alcohólicos era esencial para su sobriedad; que él estaba creciendo espiritualmente, y que yo me quedaría siempre atrás, a menos que decidiera seguir la corriente, y tratara de obtener un desarrollo espiritual propio.

LA EXPERIENCIA DE LOIS W, ANNE S. Y ANNE B.

Eran innumerables las familias que volvían a caer en las redes de un sinfín de problemas en sus relaciones interpersonales, tal cual nos había sucedido a nosotros. **Nos dolía y nos desconcertaba observar que aunque más y más alcohólicos se estaban rehabilitando**, al seguir los maravillosos conceptos de AA, la serenidad brillaba por su ausencia en sus hogares.



Anne S.



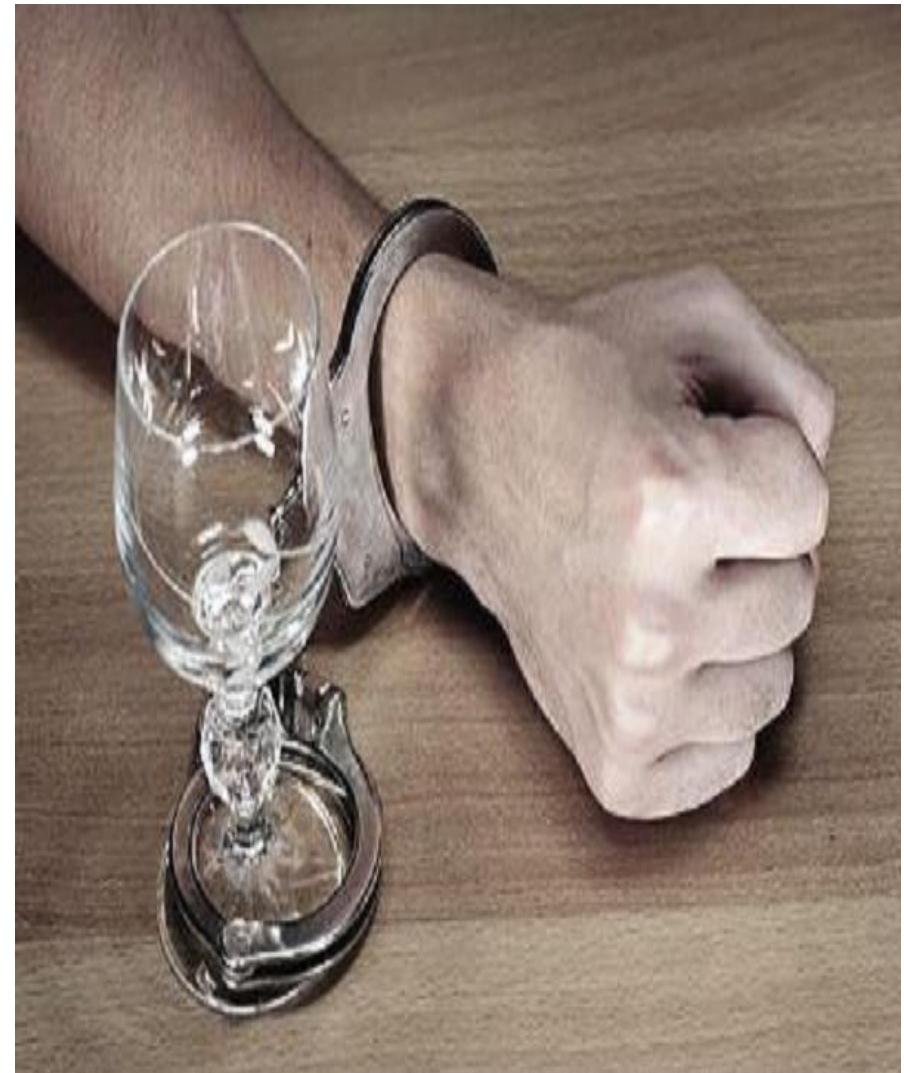
Anne B.

Había comprobado que yo era tan impotente ante el alcoholismo de Bill como él mismo a su propio alcoholismo. Había tratado de manejar su vida, cuando la mía propia era ingobernable. había llegado casi a “creerme santa”. Pero al mismo tiempo me consideraba un fracaso por no haber logrado devolverle la sobriedad a él.

LA OBSESIÓN:

- Al igual que el alcohólico, la familia se obsesiona con su compulsivo beber, pero con la diferencia de que la familia trata de encontrar los medios para que deje de beber y el alcohólico trata de buscar la manera para seguir bebiendo.
- El familiar pasa gran parte de su tiempo tratando de encontrar la manera para que el alcohólico cambie, pero nada surte efecto.

ALCOHOLISMO
AL-ANON
CONTAGIO FAMILIAR



LA ANSIEDAD - ANGUSTIA:

- Cuando el alcohólico se mete en problemas a causa de la bebida su familia se preocupa y siente tanto temor de lo que pueda pasar que hace cualquier cosa por salvar al alcohólico.
- Hacen su trabajo, pagan las cuentas, recogen sus revoltijos y encubre sus errores y hasta miente por él.
- Sin darse cuenta le están alargando la carrera alcohólica por que al encubrirlo el alcohólico, sabe que puede seguir tomando y que nada malo le pasará.

Han empezado a imaginarse que el alcohólico no los quiere y desean tomar revancha castigándolo

ALCOHOLISMO
AL-ANON
CONTAGIO FAMILIAR



LA IRA Y FRUSTRACIÓN:

Frustrados por el comportamiento del alcohólico y su propia incapacidad para controlarle y pensando que el alcohólico bebe a propósito porque no los ama, la familia vuelca su ira sobre él. **Pelean y discuten, se dicen cosas hirientes y tratan de desquitarse por todo lo que han sufrido. El hogar se transforma en un verdadero campo de batalla.** La familia no se da cuenta de que el alcohólico bebe porque lo necesita ya que se odia a sí mismo y que al castigarlo por su comportamiento le convencen de que no es digno de ser amado.

Aceptan promesas, creen que el problema ha desaparecido cada vez que hay un periodo de sobriedad.

ALCOHOLISMO
AL-ANON
CONTAGIO FAMILIAR



LA CULPABILIDAD Y RELACIONES DETERIORADAS:

Nos sentíamos defraudados por nuestro ser querido, abrumados de responsabilidades, sentíamos que a nadie le hacíamos falta, que nadie nos quería, que estábamos solos.

Aunque están también los arrogantes, presumidos, santurrones y dominantes; pero todos venimos porque lo deseamos, porque necesitamos ayuda y en el fondo traemos la pesada carga de culpabilidad, por no haber podido sacar al familiar del alcoholismo.

ALCOHOLISMO
AL-ANON
CONTAGIO FAMILIAR



Hemos acudido a Al-Anon desesperados, éramos incapaces de pensar en una posibilidad de cambio, incapaces de seguir adelante.

LA NEGACIÓN:

- A menudo, a las personas más allegadas a un alcohólico **les resulta sumamente difícil ver y admitir que alguien a quien tienen cariño, puede ser un alcohólico.** Les parece que tal cosa no puede ser verdad. Ansiosos de negar la gravedad del problema, puede que por algún tiempo confíen en las promesas del alcohólico.
- No obstante, viéndole faltar repetidamente a su palabra, y enredarse cada vez en más dificultades, **se ven obligados a reconocer la verdad.** Entonces comienza la búsqueda desesperada de una solución.

ALCOHOLISMO
AL-ANON
CONTAGIO FAMILIAR



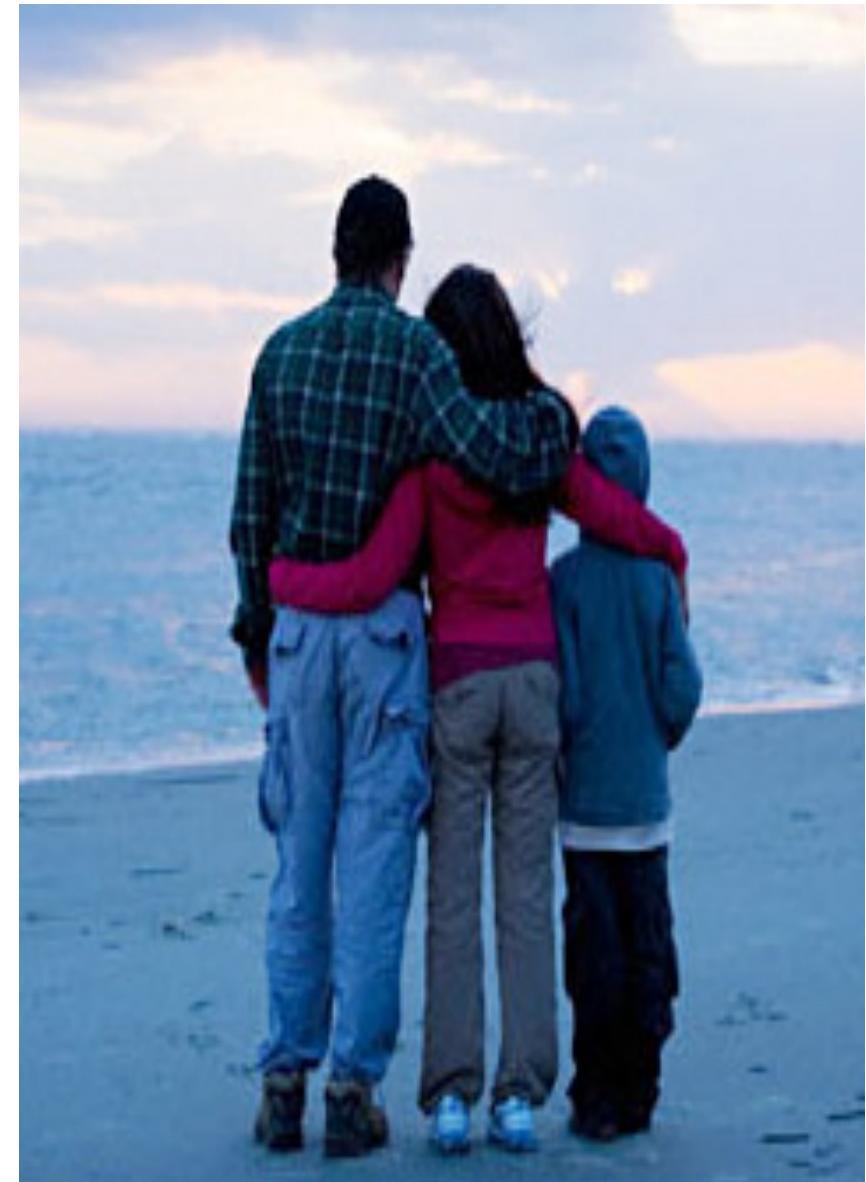
- **Los familiares de los alcohólicos dicen una cosa, pero hacen otra.**
- **Niegan el problema cuando amenazan y luego no cumplen.**

LA NUEVA ESPERANZA



ALCOHOLISMO CONTAGIO FAMILIAR

- Al-Anon fue fundado por los familiares de alcohólicos que habían conseguido la sobriedad en Alcohólicos Anónimos y actualmente muchos miembros de Al-Anon y Alateen, no importa la edad o relación con el alcohólico, consiguen la serenidad a pesar de que un amigo íntimo o un familiar tenga un problema con la bebida.
- Hay un mensaje de esperanza en la bienvenida que se lee en las reuniones de Al-Anon, que junto con el preámbulo que sigue a ésta, da una idea clara de la forma de ayudar de Al-Anon.





Para Familiares y Amigos del Alcohólico

DECLARACION DE AL-ANON

Que empiece por mi
Cuando alguien, dondequiera que sea,
pida ayuda, que nunca falte allí la mano
de Al-Anon y Alateen,
Y Que empiece por mi.

LET IT BEGIN WITH ME

WHEN ANYONE ANYWHERE REACHES OUT FOR HELP
LET THE HAND OF AL-ANON and ALATEEN ALWAYS BE THERE
AND LET IT BEGIN WITH ME.